

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
МІСЬКОГО ГОСПОДАРСТВА імені О. М. БЕКЕТОВА

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ
до практичних занять і самостійної роботи
з дисципліни

«ПСИХОЛОГІЯ»

*(для студентів 2 курсу денної форми навчання напряму підготовки
6.060101 – «Будівництво» за спеціальностями «Промислове та цивільне
будівництво», «Міське будівництво та господарство»
та спеціалізаціями «Охорона праці в будівництві»,
«Технічне обслуговування, ремонт та реконструкція будівель»)*

ХАРКІВ – ХНУМГ – 2014

Методичні вказівки до практичних занять і самостійної роботи з дисципліни **«Психологія»** (для студентів 2 курсу денної форми навчання напряму підготовки 6.060101 – «Будівництво» за спеціальностями «Промислове та цивільне будівництво», «Міське будівництво та господарство» та спеціалізаціями «Охорона праці в будівництві», «Технічне обслуговування, ремонт та реконструкція будівель»)/ Харк. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова; уклад.: К. В. Дюкар. – Х. : ХНУМГ, 2014. – 27 с.

Укладач: К. В. Дюкар

Рецензент: к. психол. н., доц. І. М. Золотарьова

Рекомендовано кафедрою мовної підготовки, педагогіки та психології, протокол №. 1 від 04.09.2013 р.

ЗМІСТ

Вступні зауваги.....	4
Тематика практичних занять.....	5
Вимоги до написання рефератів.....	6
Теми рефератів.....	7
Питання до заліку.....	10
Глосарій.....	13
Список рекомендованих джерел.....	24
Додаток.....	27

ВСТУПНІ ЗАУВАГИ

Знання основ психології на початку XXI століття у зв'язку зі стрімким розвитком науково-технічного прогресу й масовою глобалізацією світу набувають усе більшої ваги й цінності як у повсякденному житті, так і у сфері професійної діяльності людини. Із огляду на це вивчення психології у виші для майбутніх фахівців у будівельній сфері є надважливим, оскільки студенти мають змогу оволодіти знаннями, необхідними у всіх галузях діяльності: у роботі з персоналом і соціальними групами, у міжособистісних відносинах, у розкритті творчих здібностей, самоактуалізації, самореалізації й особистісному зростанні.

Ці методичні вказівки укладено для студентів 2 курсу денної форми навчання напряму підготовки 6.060101 – «Будівництво». Метою курсу є професійно-психологічна підготовка до роботи з людьми, до якої належать загальнопсихологічна освіта й формування особистісних психологічних механізмів вирішення професійних завдань, а також розвиток професійно важливих якостей особистості фахівця будівельної галузі.

Програма навчальної дисципліни передбачає практичні заняття. Відомо, що умовою ефективної професійної діяльності є пізнання та розвиток професійно важливих якостей особистості. Практичні заняття покликані поглиблювати, розширювати, деталізувати знання, отримані на лекціях в узагальненому вигляді, і сприяти виробленню навичок професійної діяльності. Вони допомагають розвивати наукове мислення й мовлення, дають змогу перевірити знання студентів і є засобом зворотного зв'язку. Під час роботи на практичних заняттях студенти зможуть опанувати понятійним апаратом, що уможлиблює засвоєння специфіки цільового, змістового, дидактичного, виховного, технологічного, культурологічного, правового, психологічного, соціального аспектів професійної діяльності. Системне відвідування практичних занять дасть майбутнім фахівцям змогу опанувати методи, технології конструктивної взаємодії з викладачем, однокурсниками, найбільш адекватні певній ситуації соціальної взаємодії, оволодіти методами ефективного самоменеджменту. Виступи з доповідями, повідомленнями, презентаціями самостійних робіт нададуть студентам можливість опанувати мовну комунікативну компетенцію у професійній діяльності, у сфері управління конфліктами; застосовувати різні засоби комунікації, зокрема інтерактивні та мультимедійні, використовувати потенціал соціального, професійного, полікультурного, поліетнічного, поліконфесійного середовища для успішної соціалізації; оволодіти технологією розроблення й управління проектами.

ТЕМАТИКА ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

№	Тематика практичних занять	Питання, пропонувані до розгляду в аудиторії	Рекомендовані джерела
1	<i>Психологія як наука</i>	1.1 Поняття психології, зв'язок психології з іншими науками. 1.2 Етапи розвитку психіки. 1.3 Напрями розвитку психології як науки	<i>Основні:</i> 7–8, 10, 20. <i>Додаткові:</i> 9, 20
2	<i>Поняття діяльності</i>	2.1 Активність як форма діяльності. 2.2 Структура діяльності. 2.3 Види діяльності людини. 2.4 Професійна діяльність	<i>Основні:</i> 5, 10, 20. <i>Додаткові:</i> 9
3	<i>Поняття особистості</i>	3.1 Індивід та особистість. 3.2 Особистість та індивідуальність. 3.3 «Я-концепція». 3.4 Особистість у соціальній групі	<i>Основні:</i> 10, 16–17, 20. <i>Додаткові:</i> 9
4	<i>Темперамент</i>	4.1 Темперамент і тип нервової діяльності. 4.2 Типи темпераменту. 4.3 Темперамент та професійна діяльність	<i>Основні:</i> 7–8, 10, 19
5	<i>Характер</i>	5.1 Типи акцентуації характеру. 5.2 Характер та професійна діяльність	<i>Основні:</i> 7–8, 10, 19
6	<i>Здібності</i>	6.1 Поняття здібностей. Співвідношення понять «задатки – здібності». 6.2 Умови формування здібностей. 6.3 Роль здібностей у професійній діяльності	<i>Основні:</i> 7–8, 10, 19. <i>Додаткові:</i> 7
7	<i>Спілкування</i>	7.1 Структура процесу спілкування. 7.2 Засоби спілкування. 7.3 Роль спілкування у професійній діяльності	<i>Основні:</i> 7–8, 10. <i>Додаткові:</i> 9
8	<i>Основи соціальної психології</i>	8.1 Поняття соціальної групи. Види соціальних груп. 8.2 Структура формальної соціальної групи. 8.3 Поняття лідерства	<i>Основні:</i> 7–8, 10, 20. <i>Додаткові:</i> 9
9	<i>Пізнавально-емоційна сфера особистості</i>	9.1 Поняття пізнавальних процесів та їх види. 9.2 Мислення та уява як найскладніші пізнавальні процеси. 9.3 Емоції та воля	<i>Основні:</i> 7–8, 20, 21. <i>Додаткові:</i> 9

ВИМОГИ ДО РЕФЕРАТІВ

Написання та захист реферату є важливим складником роботи студентів у процесі опанування навчальної дисципліни «Психологія». Реферат (від латинського *refero* – «повідомляю») – це самостійна науково-дослідна робота студента, у якій потрібно розкрити сутність досліджуваної проблеми, навести різні погляди на неї, а також викласти власну думку щодо аналізованого питання. Виклад матеріалу має бути чітким, логічним, структурованим і компактним, мати проблемно-пошуковий характер.

Тематика рефератів визначається викладачем, а право вибору теми надається студентові. Головною вимогою, що ставиться перед академічною групою під час вибору теми, є обрання різних за назвою і змістом тем.

Структура реферату має містити такі обов'язкові елементи:

- титульний аркуш (дод. А);
- зміст;
- вступ (потрібно обґрунтувати актуальність обраної теми, чітко сформулювати мету та завдання роботи, зазначити об'єкт і предмет вивчення);
- основна частина (розділи, пункти та підпункти);
- висновки (оцінити ступінь досягнення мети та виконання завдань, стисло викласти власні погляди щодо ключових аспектів основної частини роботи);
- список використаних джерел (оформлений згідно з вимогами ДСТУ 7.1: 2006 «Бібліографічний запис. Загальні вимоги та правила складання»);
- додатки (є бажаною, але необов'язковою частиною реферату).

Обсяг реферату – 10–15 друкованих сторінок. Текст роботи має бути набраним на комп'ютері стандартним шрифтом Times New Roman, 14 кеглем із 1,5 міжрядковим інтервалом і абзацними відступами 1,25 см і роздрукованим із одного боку аркуша формату А-4 з такими берегами: лівий – 25 мм, правий – 15 мм, верхній – 20 мм, нижній – 20 мм. Нумерація починається з другої сторінки і проставляється в нижньому правому куті. Назви розділів набираються великими літерами (РОЗДІЛ 1 ПСИХОЛОГІЯ ЯК НАУКА); назви підрозділів – звичайним шрифтом із напівжирним виділенням (**1.1 Історія розвитку психології**); назви пунктів набирають звичайним шрифтом із виділенням курсивом (*1.1.1 Псюхе – ключове поняття Античності*); назви підпунктів – звичайним шрифтом із напівжирним виділенням і курсивом (**1.1.1.1 Арістотель «Про душу»**). У рефераті варто уникати будь-яких скорочень, за винятком скорочень у бібліографічному описі, передбачених ДСТУ 3582-97. Потрібно суворо дотримуватися правильного вживання літери «г», пам'ятати про те, що тире (–) та дефіс (-) відрізняються розміром і наявністю пробілів до і після тире. Ініціали при прізвищах (наприклад, В. А. Лавренів), скорочення вигляду ХХ ст., 21 м, 10 грн тощо, назви населених пунктів (м. Харків) друкуються через нерозривний пробіл (одночасне натискання клавіш Ctrl+Shift+пробіл). Скорочення вигляду 80-ті, 2-го друкуються через нерозривний дефіс (одночасне натискання клавіш Ctrl+Shift+дефіс). Лапки мають бути європейського зразка в усій роботі («»).

ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

1. Місце психології в системі гуманітарних наук.
2. Психологія як наука: від античності до сьогодення.
3. Психологічний аналіз наукових відкриттів.
4. Нейролінгвістичне програмування: теоретичне підґрунтя і проблеми використання.
5. Психологія грошей.
6. Психологія кохання.
7. Психологія дружби.
8. Психологія ревнощів.
9. Психологія заздрощів.
10. Психологія ліні.
11. Психологія брехні.
12. Детектор брехні.
13. Психологія в рекламі.
14. Світло, колір і звук у рекламі як засоби психологічного впливу.
15. «Мова» фарб: психологія кольору.
16. Символи та їхня інтерпретація (психологічний аспект).
17. Психологія світла та форми.
18. Порівняльний аналіз категорії «душа» в різних наукових сферах.
19. Душа з позицій сучасних психологічних досліджень.
20. Особливості свідомої й несвідомої поведінки людини.
21. Змінені стани свідомості.
22. Сновидіння, галюцинації та марення.
23. Афекти в житті сучасної людини.
24. Історичні етапи розвитку психіки.
25. Вплив професійного середовища на психіку людини.
26. Механізми впливу ЗМІ на психіку людини.
27. Вплив сучасних інформаційних технологій на психіку людини.
28. Порівняльний аналіз категорії «особистість» у різних науках.
29. Мотивація: роль мотивів у житті людини.
30. Самооцінка та рівень вимог як фактори мотивації.
31. Мистецтво управлінської діяльності.
32. Еволюція особистості: від античності до сьогодення.
33. Біологічне та соціальне в особистості.
34. Інтелект та інтелектуальний потенціал особистості.
35. Внутрішня та зовнішня привабливість особистості.
36. Інтелект і креативність.
37. Інтелект і творчість.
38. Штучний інтелект (психологічний аспект).
39. Соціальний інтелект.
40. Спрямованість особистості.
41. Особистість і темперамент.
42. Виявлення індивідуального стилю життя особистості.

43. Феномен особистісної кризи.
44. Передумови розвитку творчої особистості.
45. Творча особистість: психологічні особливості.
46. Чинники, що сприяють самореалізації особистості.
47. Специфіка національної самосвідомості особистості.
48. Розвиток конкурентоспроможності особистості в сучасному світі.
49. Агресія як психологічний феномен.
50. Свобода як психологічна проблема.
51. Особливості самооцінки.
52. Формування характеру.
53. Обдарованість, талант, геніальність і психологія здібностей.
54. Генотип і здібності.
55. Гендерні відмінності здібностей.
56. Здібності та вік.
57. Природа творчої обдарованості: психологічний аспект.
58. Роль гри в розвитку особистості та спілкуванні людини.
59. Батьківство як психологічний феномен.
60. Типи особистостей із погляду соціальної психології.
61. Комплекс Електри у ХХІ столітті: міф чи реальність?
62. Едипів комплекс у сучасному світі.
63. Фобія як психологічний феномен.
64. Фобії та страхи.
65. Психокультура: ігри, у які грає Я.
66. Маніпуляція й інфантилізм: феномен «альфонса».
67. Харизматичність як психологічний феномен.
68. Спілкування: сутність, механізми та стилі мовлення.
69. Плітки як соціально-психологічний феномен.
70. Соціальні мережі як імітація реального спілкування.
71. Мистецтво спілкування з людьми і його значення в комунікації.
72. Психологічна маніпуляція у спілкуванні.
73. Уміння переконувати: принципи і правила еристики.
74. Мікроклімат у колективі.
75. Феномен групового тиску.
76. Авторитет і способи його підтримання.
77. Імідж сучасного керівника.
78. Види конфліктів і способи вирішення конфліктних ситуацій.
79. Співвідношення чуттєвого та раціонального в пізнанні.
80. Сприймання та відчуття як базові форми пізнання навколишнього світу.
81. Ілюзії та помилки сприймання.
82. Ілюзії сприймання: причини виникнення та практичне значення.
83. Види пам'яті людини.
84. Індивідуальні особливості та порушення пам'яті.
85. Автобіографічна пам'ять: що ми пам'ятаємо про своє життя?
86. Феномен унікальної пам'яті: психологічні особливості мнемоністів.

87. Мнемотехнології як засіб удосконалення пам'яті.
88. Особливості процесу мислення.
89. Теоретичне та практичне мислення в житті людини.
90. Загадки первісного мислення.
91. Містичне мислення в сучасному світі: природа та влада забобонів.
92. Мислення та інтуїція.
93. Поняття егоцентризму і його відбиття в мисленні та мовленні.
94. Зв'язок мовлення та свідомості людини.
95. Поняття внутрішньої мови.
96. Феномен егоцентричного мовлення.
97. Уява та індивідуальна творчість.
98. Первинні образи та їхня роль у житті людини.
99. Перцептивні образи та їхні особливості.
100. Емоції: загальна характеристика.
101. Види та функції емоцій.
102. Емоції та мислення.
103. Виявлення емоцій у творчості.
104. Емоції у тваринному світі та суспільстві: спільне та відмінне.
105. Роль емоційних чинників у виникненні хвороб.
106. Стрес у нашому житті: причини виникнення, механізми впливу, способи подолання.
107. Посттравматичний стрес причини та наслідки.
108. Розвиток вольових якостей.
109. «Сценарій» життя та їхній психологічний вплив.
110. Гіпноз як психологічний феномен.
111. Комп'ютерні ігри та психологія.
112. Інтернет-залежність як психологічний феномен.
113. Психологічні дослідження віртуальних реальностей.
114. Вікові кризи в житті людини.
115. Психологія агресивної поведінки.
116. Психологія жертви: причини та наслідки.
117. Переконання людини.
118. Особливості виникнення стереотипів.
119. Стереотипізація в міжособистісному спілкуванні.
120. Комплекси: виявлення та способи подолання.
121. Психологічні залежності.
122. Психологічні особливості виникнення інтернет-залежності.
123. Інфантилізм: гендерний аспект.
124. Стать і професія.
125. Мода як масове явище в житті людей.
126. Законодавці та наслідувачі мови (психологічний аспект).
127. Тероризм як психологічний феномен.
128. Основи тайм-менеджменту.
129. Стрес-інтерв'ю.
130. Гуманітарії й технарі: міф чи реальність?

ПИТАННЯ ДО ЗАЛІКУ

1. Психологія як наука: історія питання.
2. Міждисциплінарні зв'язки психології.
3. Етапи розвитку психіки.
4. Напрями розвитку психології як науки.
5. Структура сучасної психології.
6. Активність психіки та діяльність.
7. Потреба як джерело активності психіки.
8. Мотиви: визначення, види, функції.
9. Структура діяльності.
10. Види діяльності.
11. Професійна діяльність.
12. Поняття «індивід» і «особистість».
13. Співвідношення особистості й індивідуальності.
14. Сучасні теорії особистості.
15. «Я-концепція».
16. Особистість у соціальній групі.
17. Засоби психічного захисту особистості.
18. Формування особистості у процесі навчання.
19. Поняття про спілкування.
20. Структура процесу спілкування.
21. Комунікація: визначення та засоби.
22. Загальна характеристика вербальних і невербальних засобів комунікації.
23. Вербальні засоби комунікації.
24. Поняття про внутрішню мову.
25. Невербальні засоби комунікації.
26. Роль комунікації у професійній діяльності.
27. Інтерактивне спілкування.
28. Перцептивний бік спілкування.
29. Такт як психологічний феномен.
30. Конфлікти: визначення, види, способи подолання.
31. Темперамент: історія питання.
32. Темперамент і тип нервової діяльності.
33. Типи темпераменту: від Гіппократа до сьогодні.
34. Темперамент і професійна діяльність.
35. Темперамент і характер.
36. Характер як психологічний феномен.
37. Характер у психології: історія питання.
38. Типи акцентуації характеру.
39. Сучасні характерологічні теорії.
40. Характер і професійна діяльність.
41. Здібності: визначення та головні види.
42. Співвідношення здібностей і задатків.
43. Умови формування здібностей.
44. Поняття коефіцієнта інтелектуальної обдарованості.

45. Роль здібностей у професійній діяльності.
46. Соціальна група як психологічний феномен.
47. Види соціальних груп.
48. Соціометрія як засіб внутрішньої диференціації.
49. Референтометрія.
50. Структура соціальної групи.
51. Лідер: визначення, види.
52. Поняття про авторитет.
53. Референтні особи.
54. Пізнавальні процеси та їхні види.
55. Відчуття як найпростіший пізнавальний процес.
56. Види та механізми відчуття.
57. Сприймання: визначення та головні характеристики.
58. Апперцепція сприймання.
59. Поняття про увагу: визначення, головні характеристики.
60. Рівні уваги.
61. Розвиток уваги.
62. Увага у професійній діяльності.
63. Пам'ять: визначення та теорії.
64. Процеси пам'яті.
65. Види пам'яті та їхній взаємозв'язок.
66. Розвиток пам'яті.
67. Пам'ять у професійній діяльності.
68. Мислення: визначення, види та особливості.
69. Мислення як аналітико-синтетичний процес.
70. Мова та мислення.
71. Логічні форми мислення.
72. Психологія мислення.
73. Мислення і професійна діяльність.
74. Уява: визначення, види та форми.
75. Мислення й уява.
76. Уява та творчість.
77. Уява у професійній діяльності.
78. Поняття про емоційну сферу людини.
79. Інформаційна концепція емоцій.
80. Емоції та почуття.
81. Форми переживань почуттів.
82. Функції емоцій.
83. Регулювання емоцій.
84. Емоції у професійній діяльності.
85. Воля: визначення та головні функції.
86. Ризик: поняття, види, причини.
87. Взаємозв'язок волі та пізнавальних процесів.
88. Воля і професійна діяльність.
89. Навчання: визначення і структура.
90. Сучасні методики й технології навчання.

ГЛОСАРІЙ

Абсолютний поріг чутливості – мінімальна сила подразника, яка здатна викликати ледь помітні відчуття.

Авторитет (від латинського *autoritas* – «вплив», «влада») – 1) вплив індивіда, що ґрунтується на займаному ним положенні, посаді, статусі тощо; 2) визнання за індивідом права на прийняття відповідального рішення в умовах спільної діяльності.

Адаптація (від латинського *adaptare* – «приспосовую») – пристосування до мінливих зовнішніх і внутрішніх умов. Адаптація людини має два аспекти: біологічний (приспосовування будови та функцій організму, його органів і клітин до умов середовища) і психологічний (приспосовування індивіда до групових норм і, навпаки, інтересів соціальної групи до окремого індивіда).

Акцентуація особистості (від латинського *accentus* – «наголос») – надмірна (вища за звичайний рівень) вираженість тих чи інших якостей особистості, що здебільшого шкодить іншим якостям. Це поняття в 1968 році ввів німецький психіатр К. Леонгард (1903–1988), маючи на увазі надмірне вираження окремих рис характеру та їхніх поєднань, які межують із психопатіями.

Амнезія – утрата пам'яті, яка супроводжується іншими розумовими відхиленнями.

Аналіз (від грецького *αναλυσις* – «розкладання», «розчленування») – розгляд, вивчення чого-небудь, яке ґрунтується на розчленуванні (уявному чи реальному) предмета, явища на складники; визначення елементів, що належать до цілого, дослідження властивостей певного предмета або явища. Аналіз нерозривно пов'язаний із синтезом, вони доповнюють одне одного.

Апперцепція (від латинського *ad* – «до» і *perceptio* – «сприймання») – залежність сприймання від минулого досвіду, від загального змісту психічної діяльності людини та її індивідуальних особливостей. Термін увів німецький філософ Готфрід Лейбніц (1646–1716), розуміючи апперцепцію як виразне (усвідомлене) сприймання душею певного змісту.

Асиметрія (від давньогрецького *ασυμμετρία* – «нерозмірність»; від давньогрецького *μετρέω* – «вимірюю») – характеристика нерівномірного розподілу психічних функцій між лівою та правою півкулями мозку. Ліва півкуля відповідає за оперування вербально-знаковою інформацією в її експресивному вигляді, а також за читання й обчислення, тоді як права півкуля оперує образами, відповідає за орієнтацію у просторі, розрізнення музичних тонів, мелодій і невербальних звуків, розпізнавання складних об'єктів (зокрема людського обличчя), продукування сновидінь.

Афазія – відхилення, що супроводжується проблемами вербального вираження, спричинене порушеннями в роботі мозку.

Афект (від латинського *affectus* – «душевне хвилювання», «пристрасть») – короткочасна, позитивно чи негативно забарвлена емоційна психогенна реакція з бурхливим перебігом.

Бажання – один із структурних компонентів розвитку вольового процесу: переживання людиною своїх актуальних потреб.

Біхевіоризм – психологічна школа, очолювана американським психологом Дж. Уотсоном (1878–1958), яка ігнорувала свідомість і підсвідомість, фокусуючи увагу на вивченні поведінки як умовного рефлексу.

Вербальна комунікація – цілеспрямований процес передавання за допомогою мови (мовного коду) певного мисленого змісту.

Відчуття – перший ступінь пізнавальної діяльності людини; відображення властивостей предметів об'єктивного світу як зовнішнього середовища, так і власного організму. Відчуття виникають унаслідок впливу предметів зовнішнього світу на органи почуття.

Воля (від грецького *βούλησις, θέλησις*) – це свідоме регулювання людиною своєї поведінки та діяльності, виражене в умінні долати внутрішні й зовнішні складнощі під час здійснення цілеспрямованих дій, тобто здатність до цілеспрямованої та свідомої діяльності, зазвичай усупереч бажанням, прагненням, непередбаченим метою.

Геніальність – найвищий ступінь обдарованості людини, вияв її творчих сил, що має для життя суспільства історичне значення.

Гнів – психічний стан людини, фізіологічним механізмом якого є підвищення процесів збудження в корі головного мозку, викликаних певними негативними подразниками.

Демонстративність – особливість особистості, пов'язана з підвищеною потребою в увазі оточуючих.

Діяльність – специфічний вид активності людини, спрямований на пізнання і творче перетворення оточуючого світу, зокрема й самого себе й умов власного існування. Окрім того, під діяльністю розуміють цілеспрямовану активність, що реалізує потреби суб'єкта. Категорія діяльності як пояснювальний принцип психіки використовується під час вивчення різних галузей психічної реальності (психологія пізнавальних процесів, мотивації, волі, емоцій, особистості, внутрішньо групових процесів), а також у побудові різних відгалужень психології.

Душа – поняття, що відображає історично змінювані погляди на психіку людини та тварин; у філософсько-релігійній традиції й орієнтований на неї «психології душі» – це нематеріальне, незалежне від тіла живодайне й пізнавче начало. Виникнення понятті «душа» пов'язане з анімістичними уявленнями первісної людини, яка примітивно тлумачила сон, запаморочення, смерть тощо. Сновидіння сприймалися як враження душі, що полишає своє тіло уві сні й існує незалежно від нього.

Еволюція – поступовий розвиток явища, предмета за збереження його сутнісної визначеності у процесі якісно-кількісних змін.

Екстеріоризація – трансформація розумової дії назовні в дію з предметами.

Екстраверсія (від латинського *extra* – «зовні» і *versae, versie* – поворот, тобто буквально – «зверненість назовні») – термін уведений К. Юнгом на позначення комплексної властивості (комплексу рис) особистості, яка зазвичай

описується як схильність до широких, різноманітним соціальних контактів (комунікабельність, товариськість, балакучість), орієнтованість не на внутрішній, а на зовнішній світ.

Емоції (від латинського *emoveo* – «вражаю», «хвилюю») – суб'єктивні реакції людини і тварин на вплив внутрішніх і зовнішніх подразників у вигляді задоволення або незадоволення, радості, страху тощо. Супроводжуючи майже всі прояви життєдіяльності організму, емоції відображають безпосередні переживання, значущість (сенси) явищ і ситуацій, станів організму та зовнішніх впливів і є одним із головних механізмів внутрішньої регуляції психічної діяльності й поведінки, спрямованих на задоволення актуальних потреб (мотивації).

Загальна психологія – розділ психології, який теоретично та практично вивчає закономірності виникнення та функціонування психічного відображення дійсності в діяльності людини і тварин. Межі загальної психології та суміжних розділів психології окреслені недостатньо чітко.

Задатки здібностей – вроджені анатомо-фізіологічні особливості нервової системи, мозку, що є природним базисом для розвитку здібностей.

Звичка – потреба людини виконувати певну дію, схильність до відносно стандартних дій.

Здібності – індивідуально-психологічні особливості особистості, що є умовою успішного виконання тієї чи іншої продуктивної діяльності. Предметом спеціального психологічного вивчення здібностей стали в XIX ст. в роботах англійського географа, антрополога і психолога Ф. Гальтона (1822–1911) – родоначальника експериментального та статистичного вивчення відмінностей людей.

Ідентифікація (від латинського *identificare* – «ототожнювати») – 1) ототожнення (здебільшого несвідоме) себе зі значущим іншим (наприклад, одним із батьків) об'єктом як взірцем на ґрунті емоційного зв'язку з ним. За допомогою механізму ідентифікації із раннього дитинства в людини формується багато рис особистості та поведінкові стереотипи, статево рольова ідентичність і ціннісні орієнтири; 2) ототожнення себе з персонажами художнього твору, завдяки якому відбувається проникнення у зміст твору, його естетичне переживання; 3) механізм психологічного захисту, що полягає в несвідомому ототожненні з об'єктом, який викликає страх або занепокоєння; 4) проекція, приписування іншій людині власних рис, мотивів, думок, почуттів; 5) ототожнення себе з певною (великою чи малою) соціальною групою або спільнотою, прийняття її цілей і цінностей, усвідомлення себе як члена цієї групи чи спільноти (групова ідентифікація); 6) розпізнавання, упізнавання будь-яких об'єктів (зокрема людей), зарахування їх до певного класу або впізнавання на базі відомих ознак (в інженерній і юридичній психології).

Індивід (від латинського *individuum* – «неподільне») – 1) людина як окрема природна істота, представник роду *Homo sapiens*, продукт філогенетичного й онтогенетичного розвитку, єдності вродженого й набутого, носій індивідуальних своєрідних рис (здібності, захоплення тощо); 2) окремий представник людської спільноти; соціальна істота, що долає природну

(біологічної) обмеженість, використовуючи засоби, знаки, за допомогою яких опановує власну поведінку та творчі процеси.

Інтелект (від латинського *intellectus* – «розуміння», «пізнання») – це здатність людини цілеспрямовано діяти, раціонально мислити та досягати певних результатів, потреба в якій виявляється під час виникнення різних труднощів і проблем у житті людини (розв’язання математичних задач, прийняття рішень у небезпечних ситуаціях тощо).

Інтерактивність (від англійського *interaction* – «взаємодія») – спеціально організована діяльність, яка досягає поставленої мети завдяки інформаційному обміну між елементами соціуму (людьми).

Інтроверсія (від латинського *intro* – «усередину» і *versae, versie* – поворот, тобто буквально – «зверненість усередину») – термін уведений К. Юнгом на позначення споглядального, пасивного ставлення до подій зовнішнього світу, яке поєднується з переважаючим інтересом до того, що відбувається в собі самому. Крайнім ступенем інтроверсії вважають аутизм.

Коефіцієнт інтелектуальності – міра рівня інтелекту людини з огляду на індивідуальний ментальний і фізичний вік.

Комунікабельність – риса особистості, здатність до спілкування з іншими людьми, товариськість.

Комунікація (від латинського *communico* – «роблю загальним», «зв’язуюсь», «спілкуюсь») – змістовний аспект соціальної взаємодії. Оскільки будь-яка індивідуальна дія відбувається в умовах безпосередніх або опосередкованих відносин із іншими людьми, то до неї належить комунікативний аспект.

Конфлікт (від латинського *conflictus* – «зіткнення») – це зіткнення різноспрямованих цілей, інтересів, позицій, думок чи поглядів суб’єктів взаємодії, фіксованих останніми в жорсткій формі. Будь-який конфлікт ґрунтується на ситуації, до якої належать або суперечливі позиції сторін з будь-якого приводу, або протилежні цілі чи засоби їхнього досягнення за певних умов, або розбіжності в інтересах, бажаннях, захопленнях опонентів тощо.

Лідер (від англійського *leader* – «той, хто попереду», «перший») – член групи, за яким вона визнає право приймати відповідальні рішення у важливих для неї ситуаціях, тобто найбільш авторитетна особистість, яка реально відіграє центральну роль в організації спільної діяльності та регулюванні взаємин у групі.

Меланхолік (від грецького *μέλαινα χολή* – «чорна жовч») – чутлива людина, схильна до глибокого переживання навіть незначних невдач, яка зовні мляво реагує на оточення.

Метод – система прийомів для досягнення поставленої мети.

Мимовільне запам’ятовування – форма запам’ятовування, що є продуктом певних дій (пізнавальних, практичних тощо), крім мнемонічних, тобто запам’ятовування, здійснюване без спеціальної мети.

Мислення – процес пізнавальної діяльності індивіда, що характеризується узагальненням і опосередкованим відображенням дійсності. Розрізняють такі види мислення: словесно-логічне, наочно-образне, наочно-дієве. Виділяють

також мислення *теоретичне і практичне, теоретичне й емпіричне, логічне (аналітичне) та інтуїтивне, реалістичне й аутистичне* (пов'язане з «відходом» від дійсності до внутрішніх переживань), *продуктивне та репродуктивне, мимовільне й самовільне*.

Міркування – ланцюг умовиводів, викладених у логічній послідовності, або послідовний ряд суджень щодо певного питання, у якому з попередніх суджень впливають наступні.

Мнемоніка, або мистецтво запам'ятовування, – сукупність формальних прийомів запам'ятовування, що забезпечують закріплення матеріалу в пам'яті, цей процес ґрунтується переважно на асоціації.

Мова – це система умовних символів (знаків), що мають для людей певне значення та сенс.

Мовлення – це сукупність звуків, що сприймаються і вимовляються та мають ті ж самі значення і той же самий сенс, що й відповідна система символів (знаків).

Мозок – центральний відділ нервової системи людини і тварин, головний орган психіки. У хребетних тварин та людини анатомічно вирізняють *спинний мозок* (розташований у в'язовій кістці) і *головний мозок* (у черепній коробці). Мозок укритий трьома оболонками: твердою, павутинною й судиною. Тканина мозку складається з сірої (скупчення нервових клітин) і білої (скупчення здебільшого відростків нервових клітин) рідин.

Мотив (від латинського *moveo* – «рухаю») – 1) спонукальна причина, привід до певної дії; 2) матеріальний чи ідеальний предмет, досягнення якого є сенсом діяльності. Мотив – одне з понять, що описує сферу спонукання людини до дії, – поряд із потребами, інтересами, настановами, ідеалами, переконаннями, захопленнями, емоціями, інстинктами.

Навичка – компонент діяльності, що дає змогу індивідові раціонально, майстерно, кваліфіковано виконувати певний вид діяльності.

Навчання – процес цілеспрямованого передавання суспільно-історичного досвіду, організація формування знань, умінь, навичок.

Настрій – одна з форм емоційного життя людини, яка становить відносно стійкий, тривалий емоційний стан людини, що відбивається протягом певного часу на всіх її переживаннях.

Невербальна (несловесна) комунікація – це система знаків, що використовуються у процесі спілкування та відрізняються від мовних засобами й нормою виявлення. Науковими дослідженнями, зокрема, доведено, що через невербальні засоби відбувається від 40 до 80 % комунікації. До того ж 55 % повідомлень сприймається через вирази обличчя, позу, жести, а 38 % – через інтонацію й артикуляцію голосу.

Нестриманість – характеристика поведінки, що означає низький самоконтроль, недоречну в певній ситуації зайву емоційність дій, схильність до піддавання впливові ситуації.

Неформальна група – група людей, об'єднаних спільними інтересами, цінностями та потребами.

Обдарованість – це поняття, яке наразі так і не отримало загальноновизнаного тлумачення, однак найбільш відомим є визначення, запропоноване німецьким психологом і філософом В. Штерном (1871–1938): загальна здатність індивіда свідомо орієнтувати своє мислення на нові вимоги; це загальна здатність психіки пристосовуватися до нових завдань і умов життя. Уперше припущення про існування загальної обдарованості висловив у середині XIX ст. англійський географ, антрополог і психолог Ф. Гальтон (1822–1911).

Обсяг уваги – кількість об'єктів, які ми сприймаємо чітко.

Особистість – це комплекс суспільно зумовлених і соціально значущих рис, властивих індивідові. Особистість – це людина загалом, якій властиві свідомість та самосвідомість. У суспільних науках особистість розглядається як особлива риса людини, що набувається в соціокультурному середовищі у процесі спільної діяльності та спілкування. У гуманістичних філософських і психологічних концепціях особистість – людина як цінність, заради якої суспільство розвивається.

Пам'ять – процеси організації та збереження минулого досвіду, що уможливають його повторне використання в діяльності або повернення у сферу свідомості. Пам'ять пов'язує минуле суб'єкта з його сьогоденням і майбутнім та є найважливішою когнітивною (пізнавальною) функцією, на якій ґрунтуються розвиток і навчання. Пам'ять класифікують за різними ознаками. Найзагальнішою підставою для виділення певних видів пам'яті є залежність її характеристик від особливостей діяльності із запам'ятовування та відтворення. Водночас окремі види пам'яті визначаються відповідно до трьох основних критеріїв: 1) за характером психічної активності, що переважає в діяльності, виокремлюють *рухову, емоційну, образну і словесно-логічну пам'ять*; 2) за метою діяльності розрізняють *мимовільну та довільну пам'ять*; 3) за тривалістю закріплення і збереження матеріалів (у зв'язку з його роллю та місцем у діяльності) – *короткочасну, довготривалу й оперативну пам'ять*.

Персоналізація – становлення особистості.

Перцепція (від латинського *perceptio* – «сприйняття») – процес безпосереднього активного відображення когнітивною (пізнавальною) сферою людини зовнішніх і внутрішніх предметів (об'єктів), ситуацій, подій, явищ тощо.

Підсвідомість – частина психіки особистості, про яку вона не знає (не усвідомлює) і яка чинить вплив на її поведінку.

Поняття – одна з логічних форм мислення, вищий рівень узагальнення, властивий словесно-логічному мисленню. Поняття може бути *конкретним і абстрактним*.

Потреба – це переживана й усвідомлювана людиною нестача в тому, що необхідно для підтримання її організму та розвитку особистості. Потреба зазвичай спрямована на певний предмет. Американський психолог А. Маслоу виділяє (1908–1970) *первинні*, або *вроджені* (фізіологічні, екзистенційні потреби), і *вторинні*, або *набуті* (соціальні, престижні, духовні, пізнавальні, естетичні), *базові потреби*.

Почуття – вища форма емоційного ставлення людини до предметів і явищ дійсності, що відрізняється відносною стійкістю, узагальненістю, відповідністю потребам і цінностям, сформованим у її особистісному розвитку. На відміну від афектів і ситуативних емоцій, які відображають тимчасову або умовну цінність предметів і спонукають до вирішення приватних завдань, почуття спрямовані на явища, що мають постійне мотиваційне значення, і відповідають за загальну спрямованість діяльності.

Психіка (від давньогрецького *ψυχή* – «дихання», «душа») – властивість живої високоорганізованої матерії (мозку) відображати об'єктивну дійсність, регулюючи на ґрунті сформованого образу діяльність і поведінку суб'єкта.

Психічні процеси – різні форми єдиного, цілісного відображення суб'єктом за допомогою центральної нервової системи об'єктивної дійсності. Розрізняють такі основні види психічних процесів: *відчуття, сприймання, пам'ять, уявлення, уява, мислення, мовлення, почуття, увага, воля*.

Психічний стан – психологічна характеристика особистості, що відбиває її порівняно тривалі душевні переживання.

Психоаналіз – психологічна школа, заснована З. Фройдом (1856–1939) у 1896 р., яка головну увагу приділяє підсвідомим ментальним процесам як нормальній людини, так і людини з відхиленнями.

Праця – цілеспрямована діяльність людини з освоєння та перетворення предметів, об'єктів, навколишнього світу чи створення нових, унаслідок чого задовольняються власні та суспільні потреби.

Психологія (від давньогрецького *ψυχή* – «душа» і *λόγος* – «знання») – це наука, що вивчає закономірності розвитку та функціонування психіки як форми життєдіяльності людини і тварин.

Референтна група – група, у якій кожна особистість знаходить себе, її приймають такою, якою вона є, дають змогу реалізувати весь свій потенціал, здібності, таланти.

Референтометричний метод, або референтометрія (від латинського *referens* – «сполучуваний» і грецького *metreo* – «вимірюю»), – виявлення референтності членів групи для кожного індивіда, який належить до її складу, тобто це метод вимірювання оцінних відносин членів групи, що відбиваються у протиставленні «авторитетність – неавторитетність». Існують два види референтометричного експерименту: *внутрішньогрупова референтометрія* (виявляє референтність кожного індивіда у групі) та *зовнішньогрупова референтометрія* (допомагає виявити взірець з найближчого контактного соціального оточення).

Рефлекс (від латинського *reflexus* – обернений назад, відображений; віддзеркалення) – реакція організму на подразнення, здійснювана за участю нервової системи. Це явище вивчав і описав французький філософ, математик і фізіолог Рене Декарт (1596–1650). Термін «рефлекс» увели англійський невролог Т. Вілліс (1621–1675) і чеський фізіолог І. Прохазка (1749–1820). Поняття про рефлекс як реакцію організму на зовнішні подразнення ввів І. М. Сеченов. Послідовник І. М. Сеченова – І. П. Павлов, усі рефлексорні акти поділяє на *безумовні* (успадковані, властиві всім біологічним видам,

формується до народження й у нормі зберігаються протягом життя, змінюються лише під впливом хвороби) та умовні (виникають під час індивідуального розвитку та накопичення нових навичок, формуються на базі безумовних за допомогою вищих відділів мозку) *рефлекси*.

Рефлексія (від латинського *reflecto, reflexum* – «повертати», «обертати назад») – розумовий (раціональний) процес, спрямований на аналіз, розуміння, усвідомлення себе: власних дій, поведінки, мови, досвіду, почуттів, станів, здібностей, характеру, відносин з іншими, своїх завдань, призначення тощо.

Ризик – дія, спрямована на привабливу мету, досягнення якої пов'язане з елементом небезпеки, загрозою втрати, неуспіхом. Ситуація ризику припускає можливість вибору з двох альтернативних варіантів поведінки: ризикованого та надійного.

Рух – фізіологічна функція живого організму.

Сангвінік (від латинського *sanguis* – «кров», «життєва сила») – людина жива, рухлива людина, яка швидко реагує на навколишні події, порівняно легко переживає невдачі та неприємності.

Свідоме – сфера психіки, що характеризується контролем свідомості за перебігом психічних процесів.

Свідомість – це вищий рівень психічного відображення об'єктивної дійсності, а також вищий рівень саморегуляції, властивий людині як соціальній істоті.

Сенсибілізація (від латинського *sensibilis* – «чутливий») – підвищення чутливості нервових центрів під впливом подразника.

Сенситивність (від латинського *sensus* – «відчуття», «почуття») – особливість людини, що виявляється в підвищеній чутливості до подій, які з нею відбуваються, зазвичай супроводжується підвищеною тривожністю, страхом перед новими ситуаціями, людьми, різними випробуваннями тощо.

Сигнальні системи (від латинського *signum* – «знак» і грецького *systema* – «ціле», «з'єднання») – способи регуляції поведінки істот в оточуючому світі, властивості якого сприймаються головним мозком у вигляді сигналів, або безпосередньо вловлюваних органами почуття як відчуття кольору, звуку, запаху тощо (1-а сигнальна система), або поданих у вигляді знакової системи мови (2-а сигнальна система). Термін увів І. П. Павлов для характеристики розбіжностей між сигнальною діяльністю головного мозку тварин і людей. У разі переважання 1-ї сигнальної системи складається художній тип особистості, у разі домінування 2-ї сигнальної системи – мислений (думальний).

Синестезія (від грецького *synaesthesia* – «одночасне відчуття», «спільне почуття») – це психологічна співвідносність кольору, звуку, слова, форми, тактильних, смакових і нюхових відчуттів, тобто явище, яке полягає в тому, що певний подразник, впливаючи на відповідний орган почуття, попри волю суб'єкта, викликає не лише відчуття, властиві цьому органу почуттів, а й одночасне додаткове відчуття або уявлення, властиве іншому органу почуття. Уперше на це явище звернули увагу особистості творчі – художники та письменники. У середині ХХ століття синестезію серйозно почали вивчати

психологи, довівши, що вона властива всім людям, але виявляється здебільшого на несвідомому рівні.

Синтез (від грецького *σύνθεσις* – «поєднання») – процес практичного або уявного об'єднання цілого з частин або об'єднання різних елементів, боків об'єкта в ціле, необхідний етап пізнання. Синтез нерозривно пов'язаний із аналізом, вони доповнюють одне одного.

Соціальна психологія – наука, яка вивчає причини, механізми та закономірності спільної діяльності людей, їхньої поведінки у групах і спільнотах, емоційні переживання, особливості взаємного спілкування, а також виникнення психічних станів індивіда у групі, колективі.

Соціометрія (від латинського *so(cietas)* – «суспільство», *metreo* – «вимірюю») – розроблена американським соціологом, психологом і психіатром Джекобом Морено (1892–1974) психологічна теорія суспільства й одночасно соціально-психологічний тест, застосовуваний для оцінки міжособистісних емоційних зв'язків у групі.

Спілкування – взаємодія двох або більшої кількості людей, що полягає в обміні між ними інформацією пізнавального і/або ефектно-оцінного характеру. Спілкування зазвичай розглядають у практичній взаємодії людей (спільна праця, навчання, колективна гра тощо), воно забезпечує планування, здійснення та контроль діяльності. Спілкування водночас задовольняє особливу потребу людини в контакті з іншими людьми.

Сприймання – 1) суб'єктивний образ предмета, явища або процесу, що безпосередньо впливає на аналізатор чи систему аналізаторів (уживаються також терміни «образ сприйняття», «перцептивний образ»); 2) складний психофізіологічний процес формування перцептивного образу. Під сприйняттям також розуміють систему дій, спрямованих на ознайомлення з предметом, який впливає на органи відчуття.

Стереотип (від давньогрецького *στερεός* – «твердий», «об'ємний» і *τύπος* – «відбиток») – спочатку так називали монолітну друковану форму, копію з типографського набору або кліше, використовувану в друкарських машинах, із часом цей термін метафоризується й починає використовуватися на позначення відносно стійкого і спрощеного образу соціальної групи, людини, події або явища. Стереотипи бувають *позитивними*, *негативними* та *нейтральними* (стереотипи «популярності, але байдужості»).

Стереотипізація – це побудова образу на базі вже наявного, стійкого уявлення, наприклад, про членів певної соціальної групи.

Стрес (від англійського *stress* – «напруження», «тиск») – стан психічного напруження, що виникає в людини у процесі діяльності в найбільш складних, важких умовах як у повсякденному житті, так і за особливих обставин, наприклад, під час космічного польоту, підготовки до випускного іспиту або перед початком спортивних змагань. Поняття стресу ввів канадський фізіолог Г. Сельє (1907–1982) під час описання адаптаційного синдрому. Стрес може чинити як позитивний, так і негативний вплив на діяльність людини.

Тактовність (такт) (від латинського *tactus* – «дотик») – почуття міри і пристойності, що відбивається на словах і вчинках людини. У розумінні такту багато умовного, залежного від обставин часу та місця. Почуття такту є частково вродженим (успадкованим), частково набутиим.

Талант (від давньогрецького *τάλαντον, talant* – «той, що несе», спочатку це слово позначало найбільші в античні часи одиниці ваги, міри, а потім почало вживатися у значенні «рівень здібностей») – високий рівень розвитку здібностей, передусім спеціальних. Про наявність таланту варто судити з результатів діяльності людини, які мають вирізнятися принциповою новизною, оригінальністю підходу. Талант людини, що відбиває потребу у творчості, завжди відображає певні суспільні запити.

Творчість – діяльність, результатом якої є створення нових матеріальних і духовних цінностей. Становлячи культурно-історичне явище, творчість має психологічний аспект, що передбачає наявність в особистості здібностей, мотивів, знань і умінь, завдяки яким створюється продукт, що відрізняється новизною, оригінальністю, унікальністю.

Темперамент (від латинського *temperamentum* – «сумірність», «помірність») – закономірне співвідношення стійких індивідуальних особливостей особистості, що відбивають різні аспекти динаміки психічної діяльності та поведінки. Поняття темпераменту виникло на базі вчення давньогрецького лікаря Гіппократа (VI ст. до н.е.), який стверджував, що пропорція чотирьох елементів (земля, вода, повітря та вогонь), із яких нібито складається людське тіло, визначає перебіг фізичних і душевних хвороб. Властивості темпераменту – індивідуальні темп і ритм психічних процесів, ступінь стійкості емоцій, експресивність і енергійність рухів, напруженість вольового зусилля тощо, які стосуються усіх аспектів психічної діяльності. Різні поєднання закономірно взаємопов'язаних властивостей темпераменту називають *типами темпераменту*. У психології прийнято користуватися класифікацією типів темпераменту, запропонованою Гіпократом: сангвінік, холерик, флегматик і меланхолік.

Типи пам'яті – переважні особливості процесів пам'яті відповідно до індивідуальних відмінностей у продуктивності запам'ятовування і збереження образного та словесного матеріалу. Розрізняють *наочно-образний, словесно-абстрактний і проміжний тип пам'яті*, які залежать певною мірою від співвідношення першої та другої сигнальних систем у вищій нервовій діяльності людини. Окрім того, виокремлюють *руховий, зоровий, слуховий, нюховий, дотиковий і смаковий типи пам'яті*, які рідко виявляються в чистому вигляді, здебільшого трапляються змішані типи: *зорово-руховий, зорово-слуховий, слухово-руховий* тощо.

Тренінг – інтенсивний курс навчання, що сполучає короткі теоретичні семінари і практичне оброблення навичок у стислий термін.

Увага – це психічний стан, який характеризує інтенсивність пізнавальної діяльності, що виражається в її зосередженості на певному реальному або ідеальному об'єкті (предметі, події, образі, міркуванні тощо). Виділяють три види уваги: *довільна, мимовільна, післядовільна*.

Узагальнення – одна з основних характеристик пізнавальних процесів, яка полягає у виділенні та фіксації відносно стійких, інваріантних властивостей предметів і їхніх відносин.

Уміння – засвоєний суб'єктом спосіб виконання дій, який забезпечується сукупністю набутих знань і навичок.

Умовивід – одна з логічних форм мислення. Умовивід характеризується виведенням на базі правил логіки висновку або наслідку з декількох суджень (посилань).

Успіх – позитивний результат праці, діяльності, здобуток, доробок.

Уява (фантазія) – універсальна людська здатність до побудови нових цілісних образів дійсності шляхом оброблення змісту сформованого практичного, чуттєвого, інтелектуального й емоційно-сміслового досвіду.

Флегматик (від грецького *φλέγμα* – «мокрота», «слиз») – повільна, спокійна людина зі стійкими прагненнями й відносно постійним настроєм, зі слабким зовнішнім вираженням душевних станів.

Формальна група – об'єднання людей, яке має спільні органи управління, цілі, організоване на базі певного офіційного документа.

Характер (від грецького *χαρακτήρ* – «відмінна риса», «відбиток», «ознака», «особливість») – індивідуальне поєднання стійких психічних особливостей людини, що зумовлюють властивий винятково цьому суб'єктові спосіб поведінки в певних життєвих умовах і обставинах. Характер тісно пов'язаний з іншими сторонами особистості людини, зокрема з темпераментом, який визначає зовнішню форму вираження характеру, накладаючи своєрідний відбиток на ті чи інші його прояви.

Холерик (від грецького *χολή* – «жовч») – швидка, поривчаста людина, здатна віддаватися справі з винятковою пристрасністю, але неврівноважена, схильна до бурхливих емоційних спалахів (афектів), різких змін настрою.

Ціль (мета) – ідеальне уявлення про результат, якого необхідно досягти у процесі людської діяльності.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ ДЖЕРЕЛ

Основні джерела

1. Асмолов А. В. Психология личности [Текст] : учеб./ А. В. Асмолов. – М. : Наука, 2002. – 150 с.
2. Баклицький І. О. Психологія праці [Текст] : підруч./ І. О. Баклицький. – [2-е вид.]. – К. : Знання, 2008. – 655 с.
3. Дубровська Д. М. Основи психології [Текст] : підруч./ Д. М. Дубровська. – Л. : Світ, 2001. – 287 с.
4. Загальна психологія [Текст] : підруч./ [О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін.]. – К. : Каравела, 2012. – 464 с.
5. Леонтьев А. Н. Лекции по общей психологии [Текст]/ А. Н. Леонтьев. – М. : Наука, 2005. – 456 с.
6. Литвак М. Е. Командовать или подчиняться? [Текст]/ М. Е. Литвак. – [4-е изд.]. – Ростов-на-Дону : Феникс. – 384 с. – (Серия «Психологические этюды»).
7. Максименко С. Д. Загальна психологія [Текст] : підруч. [для студ. вищ. навч. закл.]/ С. Д. Максименко. – [2-е вид.]. – Вінниця : Нова книга, 2004. – 704 с.
8. Максименко С. Д. Загальна психологія [Текст] : навч. посіб./ С. Д. Максименко. – [3-е вид.]. – К. : Центр учбової літератури, 2008. – 272 с.
9. Маклаков А. Г. Общая психология : ответы на экзаменационные вопросы [Текст]/ А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2008. – 224 с.
10. Немов Р. С. Общая психология. Краткий курс [Текст]/ Р. С. Немов. – СПб. : Питер, 2010. – 304 с.
11. Основи психології [Текст] : навч. посіб. [для студ. вузів]/ А. І. Веракіс, Ю. І. Завалевський, К. М. Левківський. – Х.-К. : Р.И.Ф., 2005. – 416 с.
12. Основи психології та педагогіки [Текст] : навч. посіб./ О. М. Степанов, М. М. Фіцула. – К. : Академвидав, 2005. – 520 с.
13. Основи практичної психології [Текст] : підруч. [для студ. вищ. навч. закл.]/ [В. Г. Панок, Т. М. Титаренко, Н. В. Чепелєва та ін.]. – [3-тє вид., стер.]. – К. : Либідь, 2006. – 536 с.
14. Петровский А. В. Психология [Текст] : учеб. [для студ. высш. учебн. заведений]/ А. В. Петровский. – [6-е изд.]. – М. : Академия, 2006. – 512 с.
15. Психологія [Текст] : підруч./ [За ред. Ю. Л. Трофімова]. – [3-е вид., стер.]. – К. : Либідь, 2001. – 433 с.
16. Психология [Текст] : учеб. [для гуманитар. вузов]/ [Под ред. В. Н. Дружинина]. – [2-е изд.]. – СПб. : Питер, 2009. – 656 с.

17. Психология [Текст] : учеб. [для техн. вузов] / [Под ред. В. Н. Дружинина]. – [2-е изд.]. – СПб. : Питер, 2001. – 608 с.
18. Психология и педагогика [Текст] : учеб. [для вузов] / [А. А. Реан, В. Н. Бордовская, С. И. Розум] ; [под. общ. ред проф. А. А. Реана]. – СПб. : Питер, 2002. – 432 с.
19. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии [Текст] / С. Л. Рубинштейн. [2-е изд. (1946)]. – СПб. : Питер, 2002. – 720 с.
20. Столяренко С. Д. Основы психологии : учеб. / С. Д. Столяренко. – [3-е изд., перераб. и доп.]. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2008. – 672 с.
21. Трофімов Ю. Л. Інженерна психологія : підруч. / Ю. Л. Трофімов. – К. : Либідь, 2002. – 264 с.

Додаткові джерела

1. Арден Дж. Развитие памяти «для чайников» [Текст] / Дж. Богосиан Арден. – К. : Диалектика-Вильямс, 2008. – 352 с. – (Серия «Для «чайников»).
2. Белянин В. П. Психолінгвістика : учеб. [Текст] / В. П. Белянин. – [2-е изд.]. – М. : Флинта : Московский психол.-соц. ин-т, 2004. – 232 с.
3. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры [Текст] / Э. Берн. – СПб.-М. : АСТ «Университетская книга», 1998. – 247 с.
4. Блонский П. П. Память и мышление [Текст] / П. П. Блонский. – СПб. : Питер, 2001. – 288 с.
5. Борисов А. Ю. Роскошь человеческого общения [Текст] / А. Ю. Борисов. – М. : Менеджер, 2000. – 184 с.
6. Бредемайер К. Искусство словесной атаки : Практическое руководство [Текст] / К. Бредемайер ; [пер. с нем.]. – М. : Альпина Бизнес Букс, 2005. – 190 с. (Серия «Нестандартный подход»).
7. Вейнингер О. Пол и характер [Текст] / О. Вейнингер. – Х : Фоліо, 2011. – 478 с.
8. Виткин Дж. Женщина и стресс [Текст] / Дж. Виткин ; [пер. с англ. Л. Царук]. – СПб : Питер, 1997. – 306 с. – (Серия «Сам себе психолог»).
9. Гамезо М. В. Общая психология : учеб.-метод. пособ. [Текст] / М. В. Гамезо, В. С. Герасимова, Д. А. Машурцева, Л. М. Орлова ; [под общ. ред. М. В. Гамезо]. – М. : Ось-89, 2007. – 352 с.
10. Гоулман Д. Эмоциональное лидерство : Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта [Текст] / Д. Гоулман, Р. Бояцис, Э. Макки ; [пер. с англ. А. Лисицыной]. – М. : Альпина Бизнес Букс, 2005. – 301 с.

11. Грей Дж. Мужчины с Марса, женщины с Венеры [Текст]/ Дж. Грей. – К. : София, 2005. – 162 с.
12. Зазыкин В. Г. Психология в рекламе [Текст]/ В. Г. Зазыкин. – М. : ДатаСтром, 1992. – 64 с.
13. Здоровенко В. В. Психологія ділового спілкування : навч. посіб. [Текст]/ В. В. Здоровенко. – Дрогобич : Каменяр, 2002. – 147 с.
14. Кайдалова Л. Г. Психологія спілкування [Текст] [Електронний ресурс]/ Л. Г. Кайдалова, Л. В. Пляка. – Х. : НФаУ, 2011. – 132 с.
15. Карнеги Д. Як подолати неспокій і почати жити [Текст]/ Д. Карнеги. – К. : Країна Мрій, 2011. – 272 с.
16. Клименко В. В. Психологія творчості : навч. посіб. [Текст]/ В. В. Клименко. – К. : Центр навч. літ-ри, 2006. – 480 с.
17. Козлов Н. И. Книга для тех, кому нравится жить, или Психология личностного роста [Текст]/ Н. И. Козлов. – М. : АСТ-ПРЕСС, 2000. – 352 с. – (Серия «Практическая психология»).
18. Леви В. Куда жить : человек в цепях свободы [Текст]/ В. Леви. – М. : Торобоан, 2004. – 447 с.
19. Марцинковская Т. Д. История психологи : учеб. пособ. [для студ. высш. учеб. заведений] [Текст]/ Т. Д. Марцинковская. – [4-е изд., стереотип.]. – М. : Изд. центр «Академия», 2004. – 544 с.
20. Маслоу А. Психология бытия [Текст]/ А. Маслоу ; [пер. с англ. О. Чистякова]. – М. : Рефл-бук, Ваклер, 1997. – 304 с. – (Серия «Актуальная психология»).
21. Пиз А. Говорите точно. Радость общения и польза убеждения [Текст]/ А. Пиз, А. Гарнер. – М. : Эксмо-Пресс, 2003. – 224 с.
22. Пиз А. Язык телодвижений. Как читать мысли окружающих по их жестам [Текст]/ А. Пиз. – М. : Эксмо-Пресс, 2007. – 288 с.
23. Платонов К. К. Занимательная психология [Текст]/ К. К. Платонов. – СПб. : Питер Пресс, 1997. – 288 с. – (Серия «Азбука психологии»).
24. Психологические тесты : в 2-х т. [Текст]/ [Под. ред. А. А. Карелина]. – М. : ВЛАДОС, 2003. – 248 с.
25. Фрейд З. Письма к невесте [Текст]/ З. Фрейд ; [пер. с нем., вступ. ст. и прим. С. В. Лайне]. – М. : Московский рабочий, 1994. – 142 с.
26. Хухлаева О. В. Психология развития : молодость, зрелость, старость : учеб. пособ. [Текст]/ О. В. Хухлаева. – М. : Изд. центр «Академия», 2005. – 208 с.

27. Цимбалюк І. М. Психологія спілкування : навч. посіб. [Текст] / І. М. Цимбалюк. – К. : ВД «Професіонал», 2004. – 304 с.
28. Цимбалюк І. М. Психологія управління : навч. посіб. [Текст] / І. М. Цимбалюк. – К. : Професіонал, 2008. – 624 с.
29. Шейнов В. П. Скрытое управление человеком [Текст] / В. П. Шейнов. – Мн. : АСТ «Харвест», 2006. – 357 с. – (Серия «Психология манипулирования»).
30. Щербатых Ю. В. Психология стресса и методы коррекции : учеб. пособ. [Текст] / Ю. В. Щербатых. – СПб. : Питер, 2010. – 256 с.
31. Экман П. Психология эмоций. Я знаю, что ты чувствуешь [Текст] / П. Экман ; [пер. с англ.]. – [2-е изд.]. – СПб. : Питер, 2010. – 334 с. – (Серия «Сам себе психолог»).
32. Экман П. Узнай лжеца по выражению лица [Текст] / П. Экман, У. Фризен. – СПб. : Питер, 2010. – 272 с.

Зразок оформлення титульного аркуша

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ МІСЬКОГО
ГОСПОДАРСТВА імені О. М. БЕКЕТОВА

Кафедра мовної підготовки, психології та педагогіки

«ЗАРАХОВАНО» _____ 201__ р.

Кількість балів за виконання та захист реферату _____

Реферат

«НАЗВА»

Виконав (-ла):

студент (-ка)

II курсу

групи _____

денної форми навчання

спеціальності _____

_____ факультету

***П.І.Б.* _____**

Перевірів (-ла):

науковий ступінь, учене звання П.І.Б. _____

Харків – 201__ рік

Навчальне видання

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ

до практичних занять і самостійної роботи

з дисципліни

«ПСИХОЛОГІЯ»

*(для студентів 2 курсу денної форми навчання напряму підготовки
6.060101 – «Будівництво» за спеціальностями «Промислове та цивільне
будівництво», «Міське будівництво та господарство»
та спеціалізаціями «Охорона праці в будівництві»,
«Технічне обслуговування, ремонт та реконструкція будівель»)*

Укладач: **ДЮКАР** Катерина Валеріївна

Відповідальний за випуск: *І. М. Золотарьова*

За авторською редакцією

Комп'ютерний набір: *К. В. Дюкар*

Комп'ютерне верстання: *І. В. Волосожарова*

План 2014, поз. 521 М

Підп. до друку 27.02.2014

Друк на ризографі.

Тираж 50 пр.

Формат 60x84/16

Ум. друк. арк. 1,6

Зам. №

Видавець і виготовлювач:

Харківський національний університет
міського господарства імені О. М. Бекетова,
вул. Революції, 12, Харків, 61002

Електронна адреса: rectorat@kname.edu.ua

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи:

ДК № 4064 від 12.05.2011 р.